

# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019

For at der ikke skal være tvivl om, hvad man har til rådighed af baneplads i løbet af sommeren, følger her en oversigt over alle ugens dage.

Sørg for at vise hensyn til og respektér hinandens træning, så går det hele meget lettere. Lad os i samme ombæring minde om følgende retningslinjer for træning og kamp:

- Gå UDENOM banerne når I skal hen til den bane I skal træne på
  - Gå først at gå ind på banen når jeres tid starter
- Sæt mål og andre rekvisitter på plads INDEN jeres træningstid slutter, så banen er klar til næste hold
  - Forlad banen til tiden når jeres træningspas er slut
- Sørg for at få ALLE jeres rekvisitter med efter træning, herunder at det er jeres egne bolde I har i nettet. Skulle der have sneget sig en fremmed bold ned i jeres net, så læg den i boldrummet så den kan finde tilbage til rette hold igen
  - Vis respekt for de andre hold der træner eller spiller kamp
- Sluk lyset hvis I er det sidste hold der træner / spiller kamp på banen

## PAS PÅ GRÆSSET

For jer der træner på græs opfordrer vi til at der tages hensyn til græsset. Eksempelvis bør mindre pladskrævende øvelser placeres udenfor felterne.

## ANTAL MÅL PÅ ANLÆGGET

34 stk. 3-mandsmål / 20 stk. 5-mandsmål

15 stk. 8-mandsmål / 10 stk. 11-mandsmål

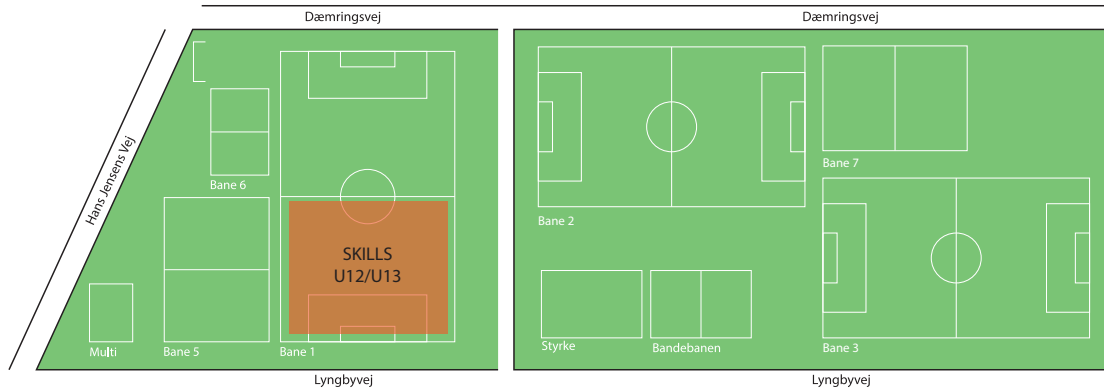
Vi vil fra klubbens side ikke melde ud præcist hvor mange mål, der er til hvert hold, da dette afhænger af dagens træningsprogram. Vi opfordrer dog til, at I sørger for at dele målene nogenlunde ligeligt mellem jer. Og er der stadig mangel på mål, så tal sammen om hvordan I eventuelt kan deles om dem i løbet af træningen i netop det tidsrum. Ét hold kan starte træningen med dem, mens et andet kan slutte træningen med dem.

## GOD TRÆNING!

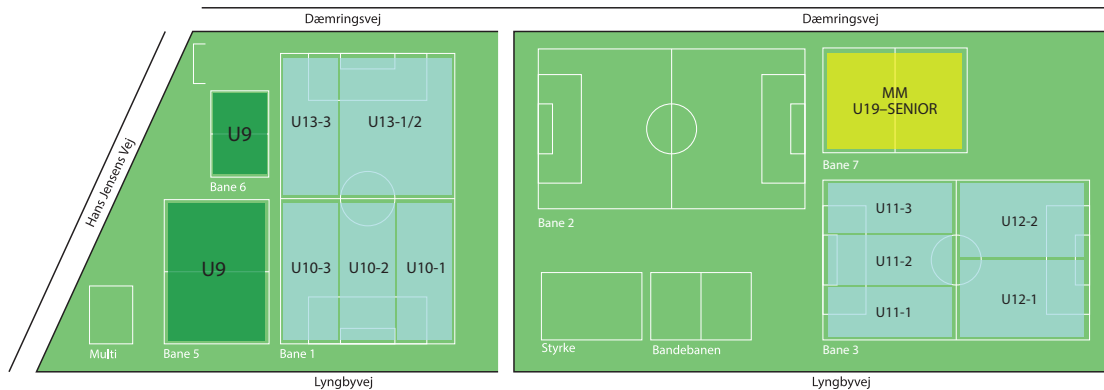


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • MANDAG

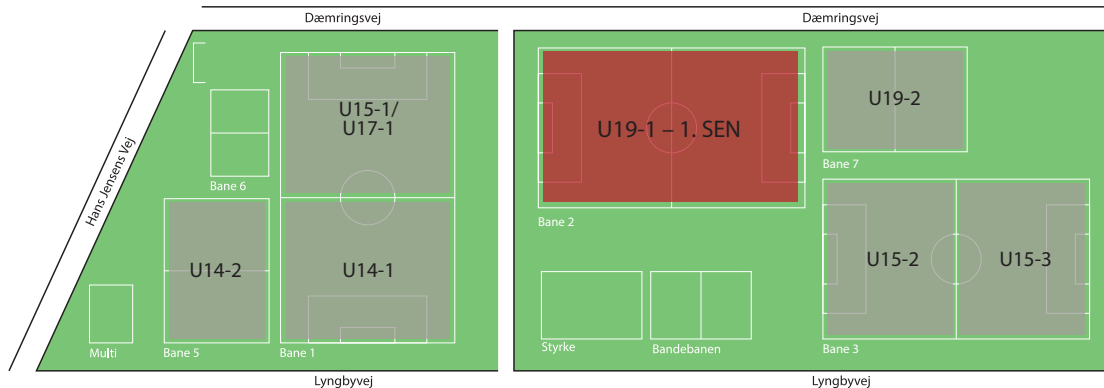
KL. 16.00 – 17.00



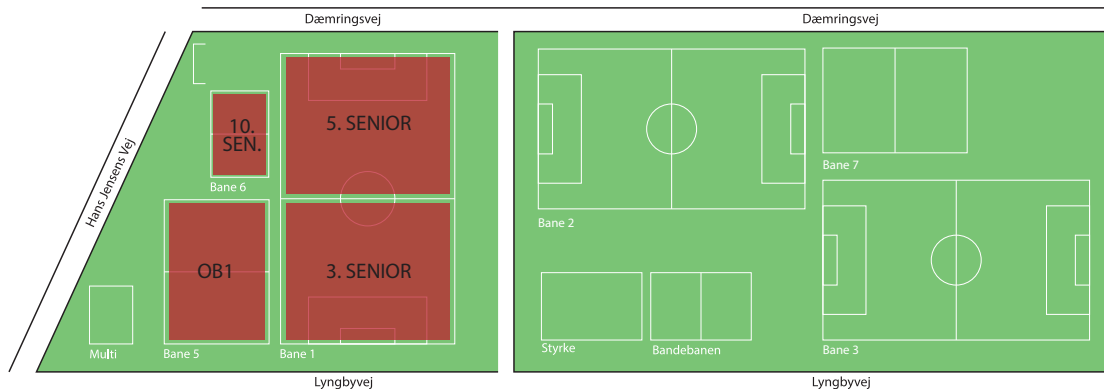
KL. 17.00 – 18.30



KL. 18.30 – 20.00

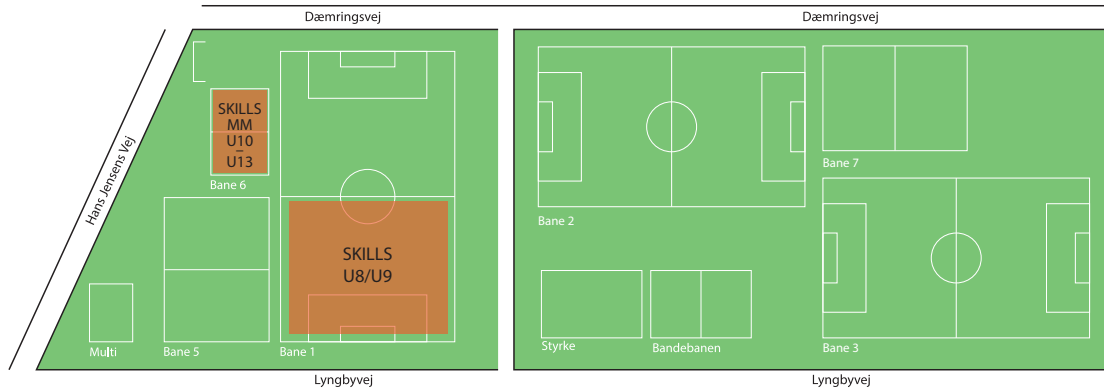


KL. 20.00 – 21.30

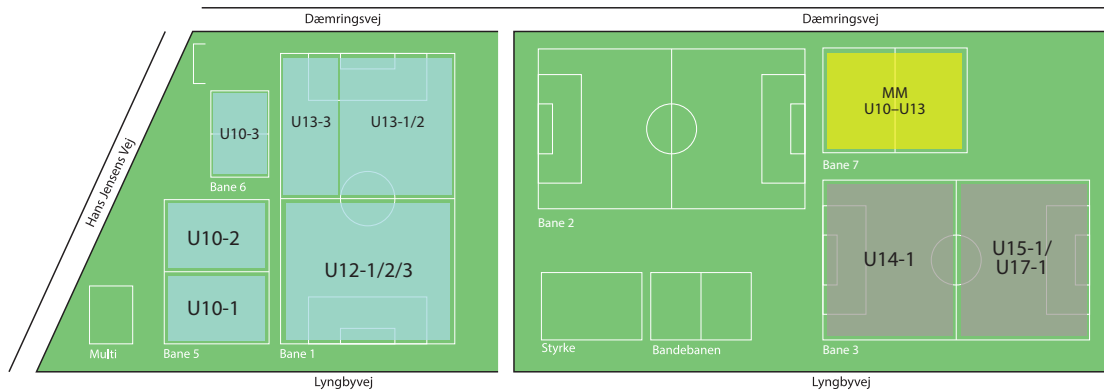


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • TIRSDAG

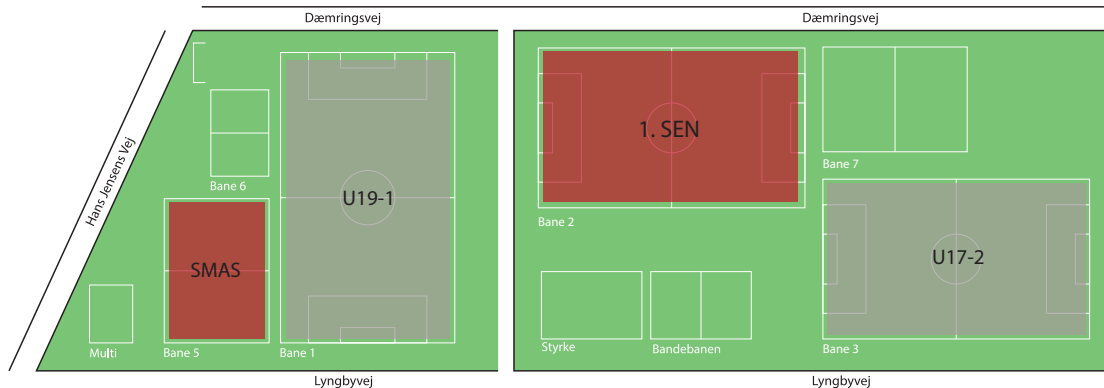
KL. 16.00 – 17.00



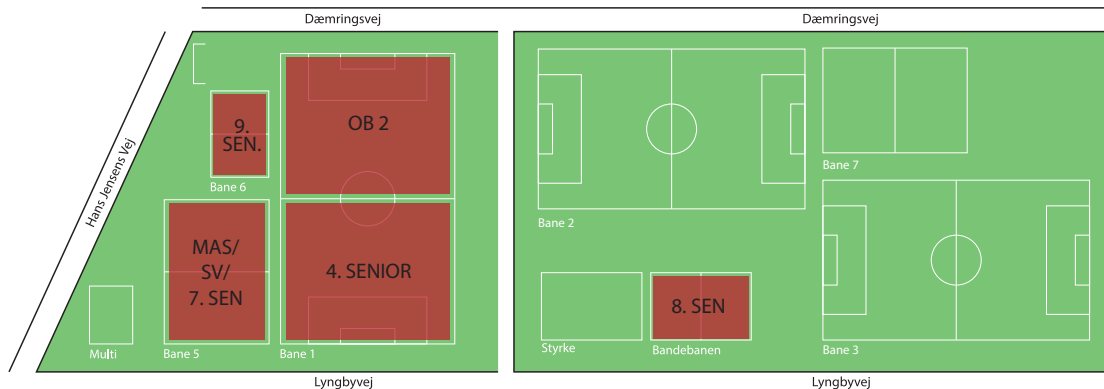
KL. 17.00 – 18.30



KL. 18.30 – 20.00

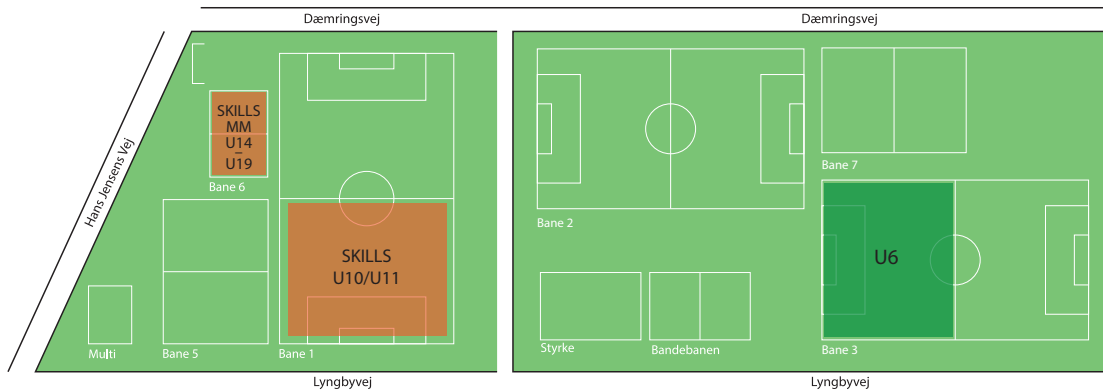


KL. 20.00 – 21.30

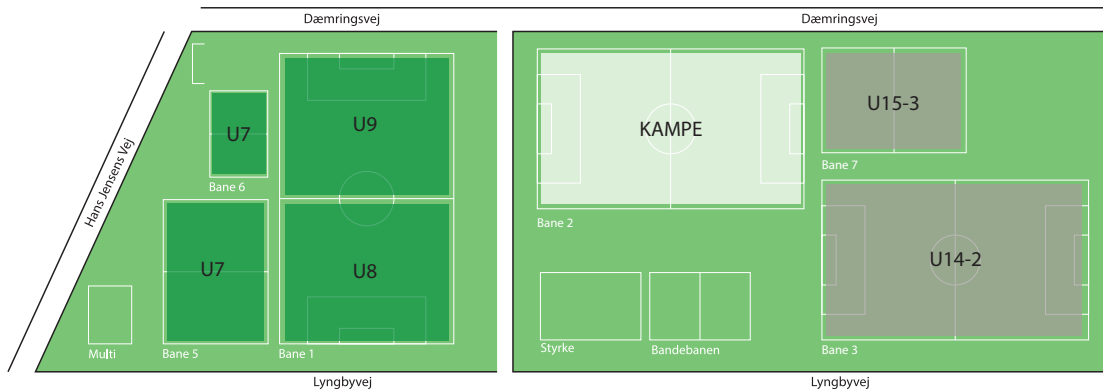


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • ONSDAG

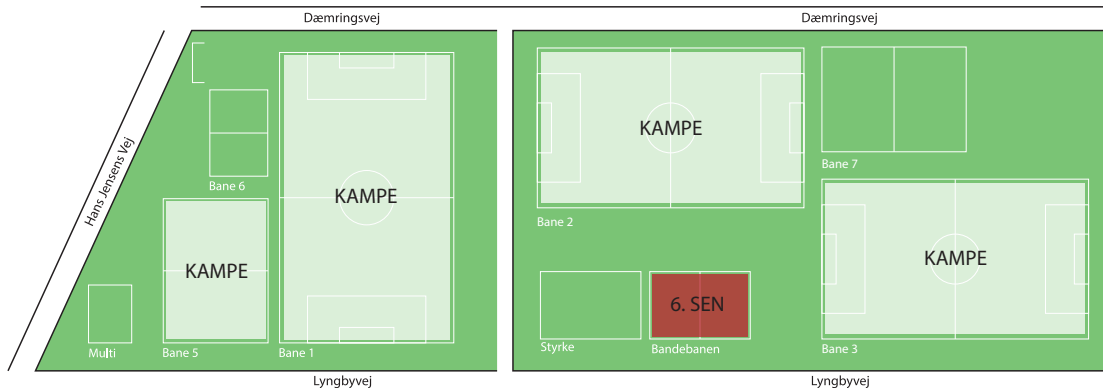
KL. 16.00 – 17.00



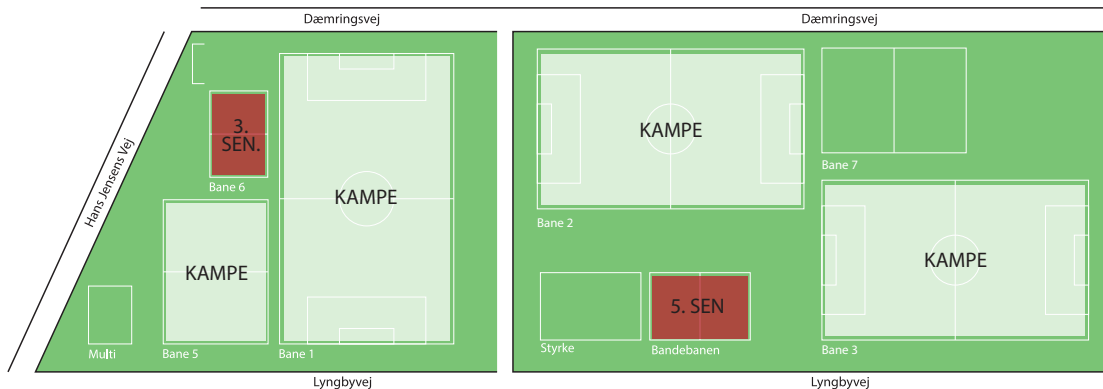
KL. 17.00 – 18.30



KL. 18.30 – 20.00

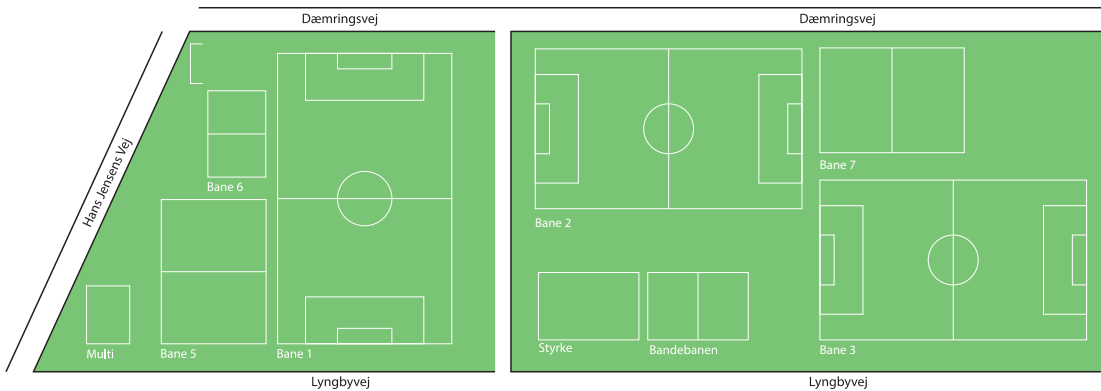


KL. 20.00 – 21.30

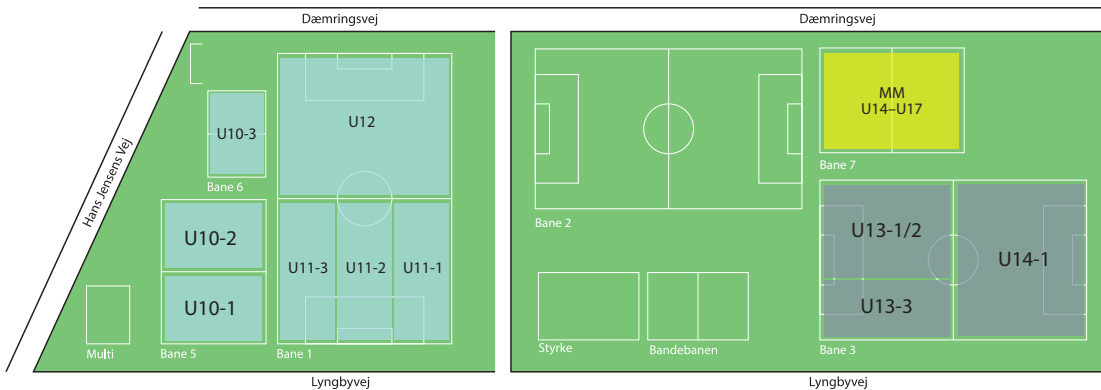


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • TORSDAG

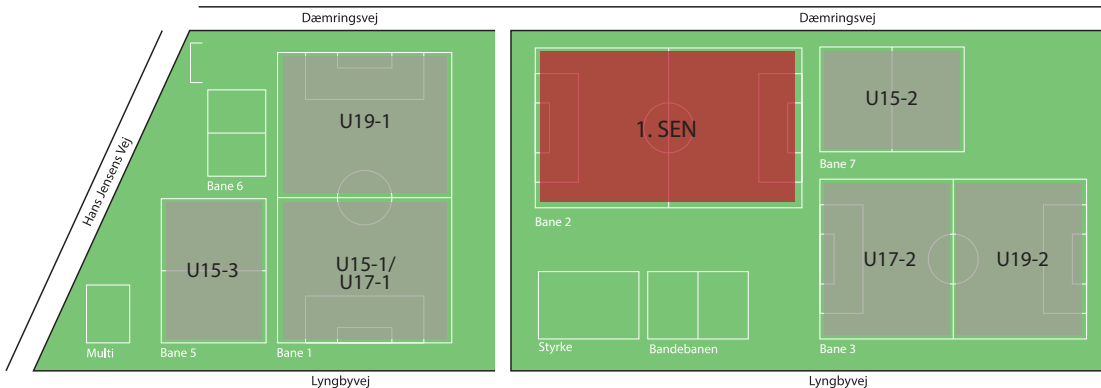
KL. 16.00 – 17.00



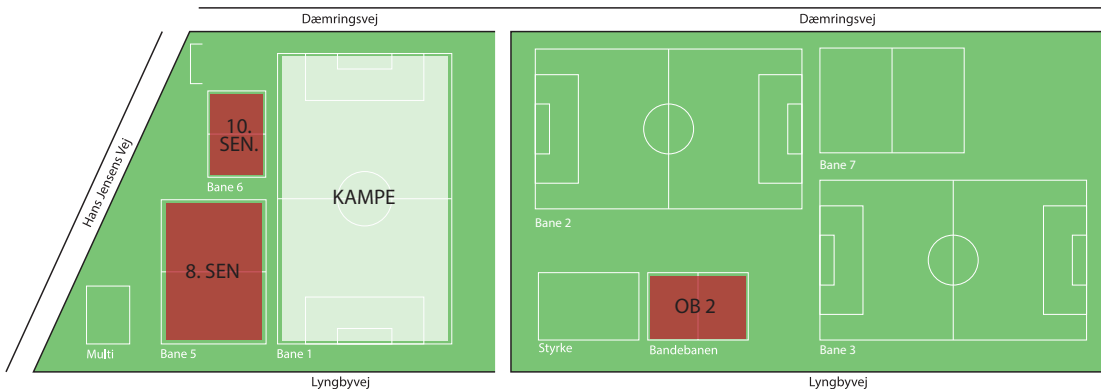
KL. 17.00 – 18.30



KL. 18.30 – 20.00

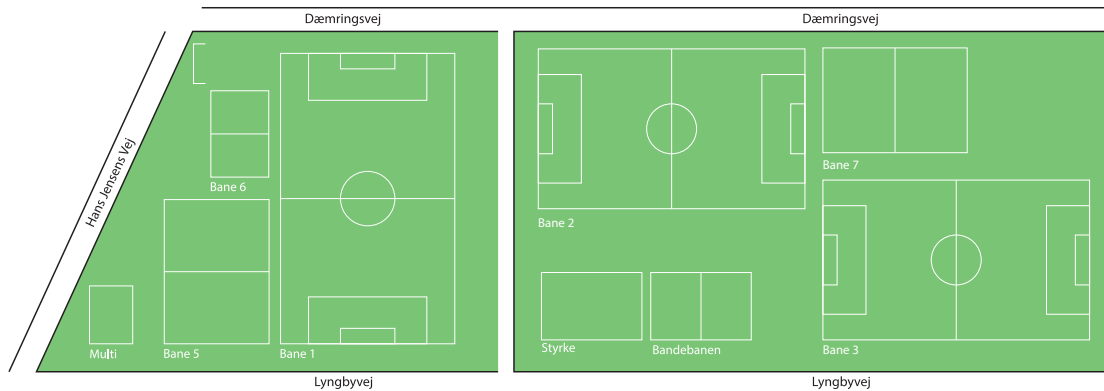


KL. 20.00 – 21.30

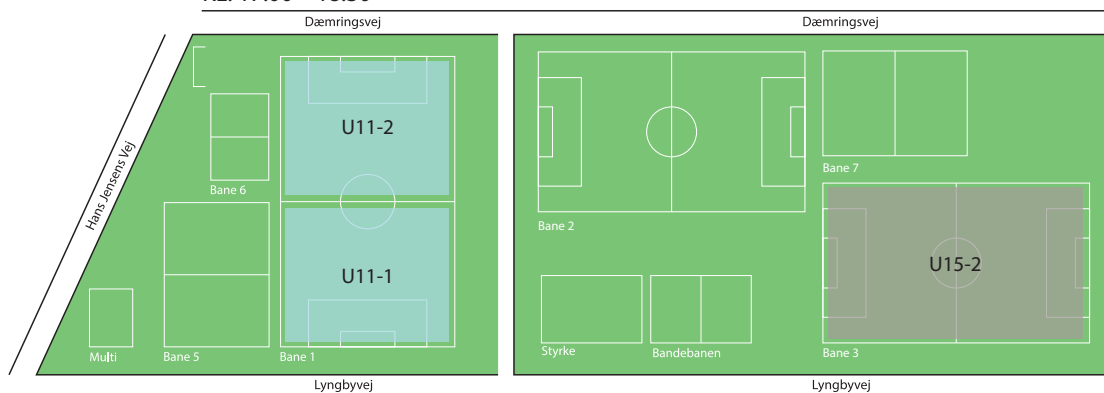


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • FREDAG

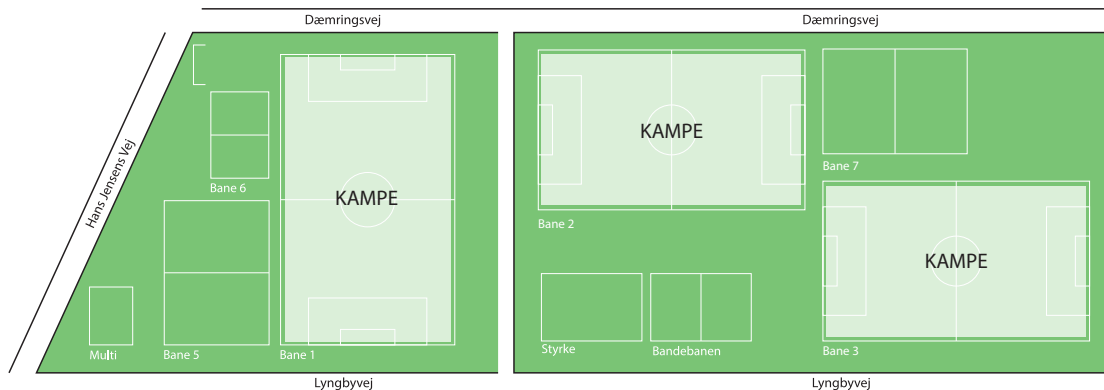
KL. 16.00 – 17.00



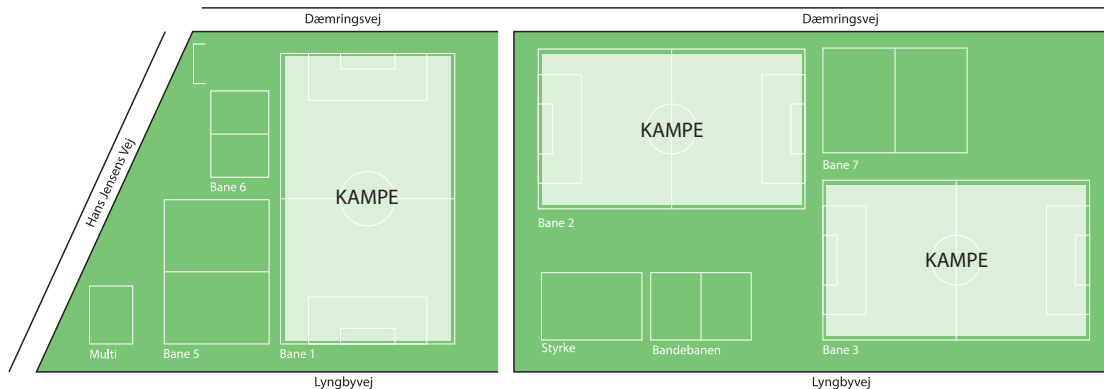
KL. 17.00 – 18.30



KL. 18.30 – 20.00

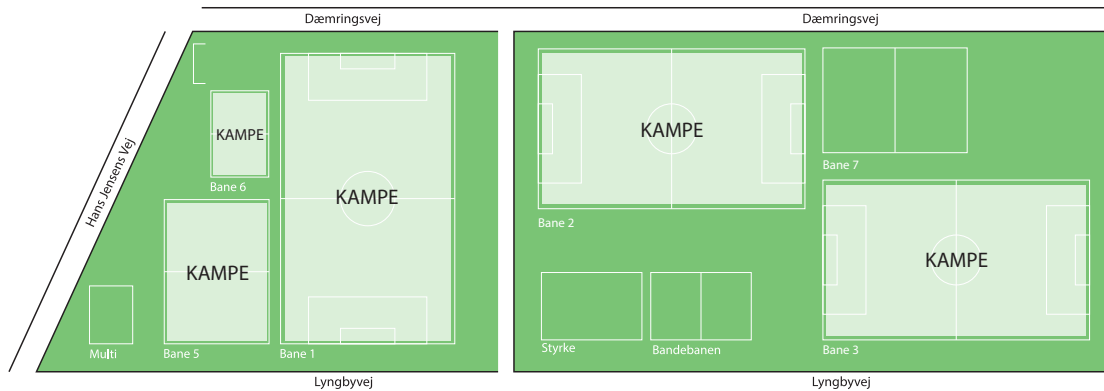


KL. 20.00 – 21.30

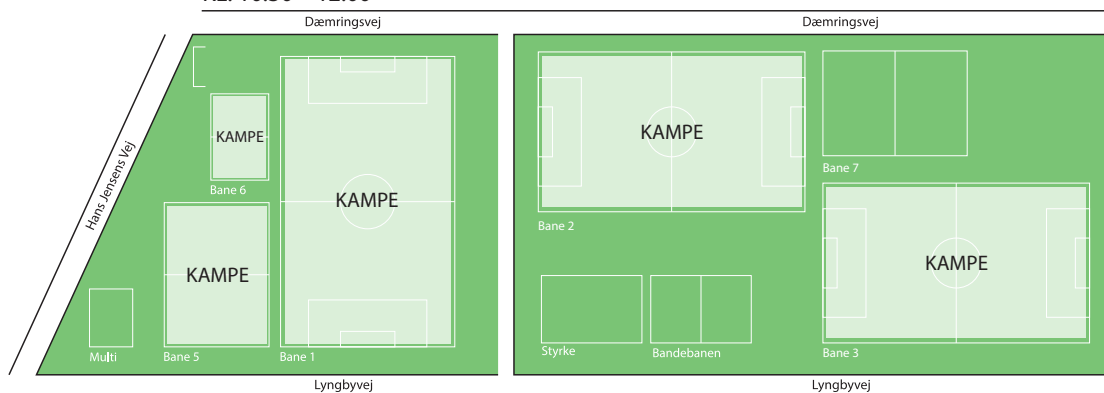


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • LØRDAG

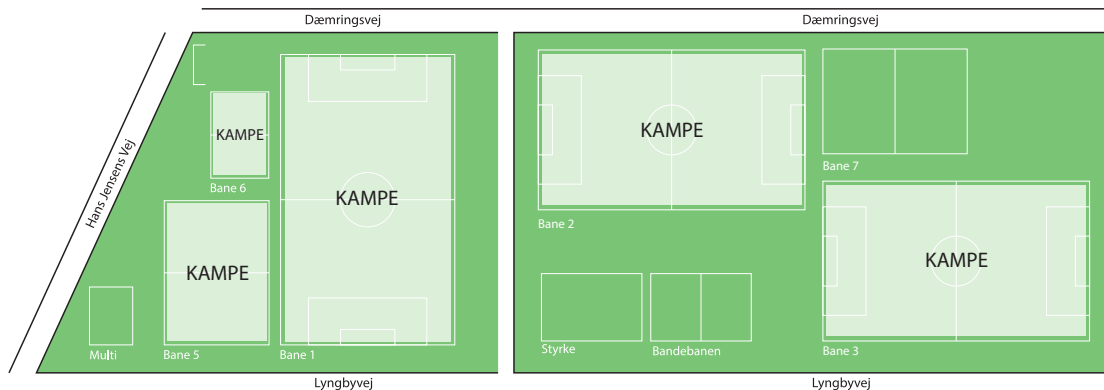
KL. 9.00 – 10.30



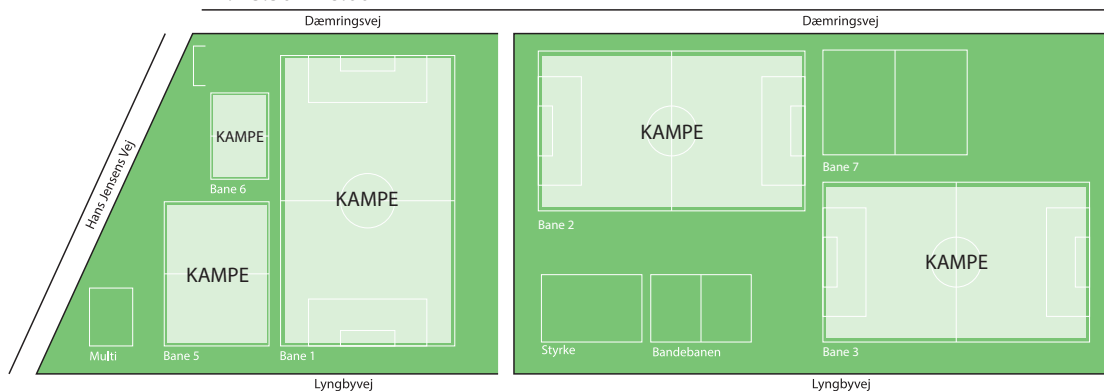
KL. 10.30 – 12.00



KL. 12.00 – 13.30

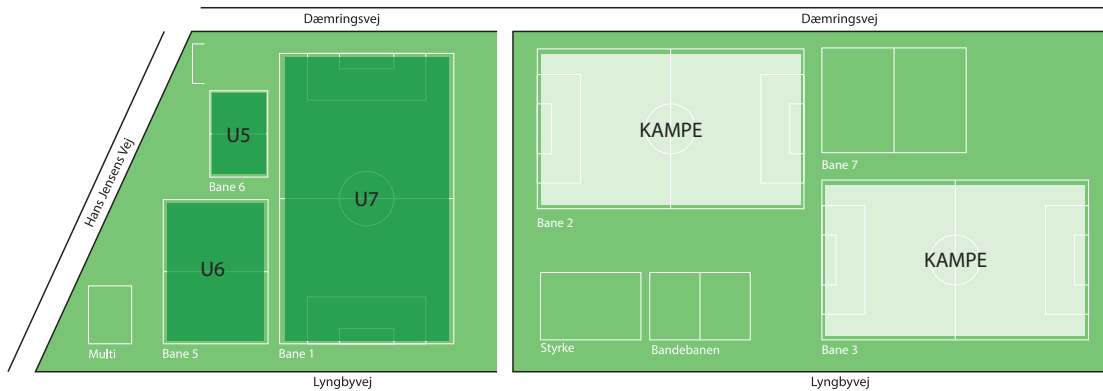


KL. 13.30 – 18.00

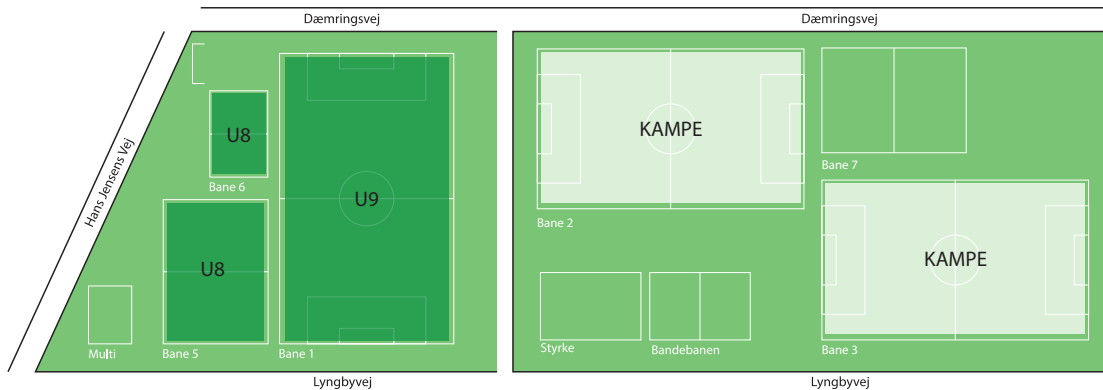


# BANEPLAN FORÅR/SOMMER 2019 • SØNDAG

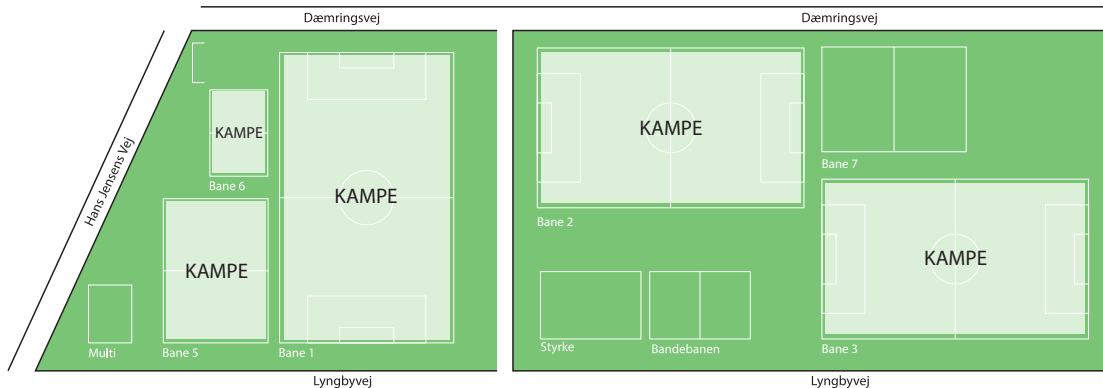
KL. 9.00 – 10.30



KL. 10.30 – 12.00



KL. 12.00 – 13.30



KL. 13.30 – 18.00

